



Táplálkozási szokást felmérő kérdőív adatainak előzetes értékelése

Dohos Dóra, Bajzát Dorina, Kasznár Emese, Ágnes Tímár, Szentannay Judit, Szabó András,
Gombos Eszter, Karoliny Anna, Müller Katalin Eszter

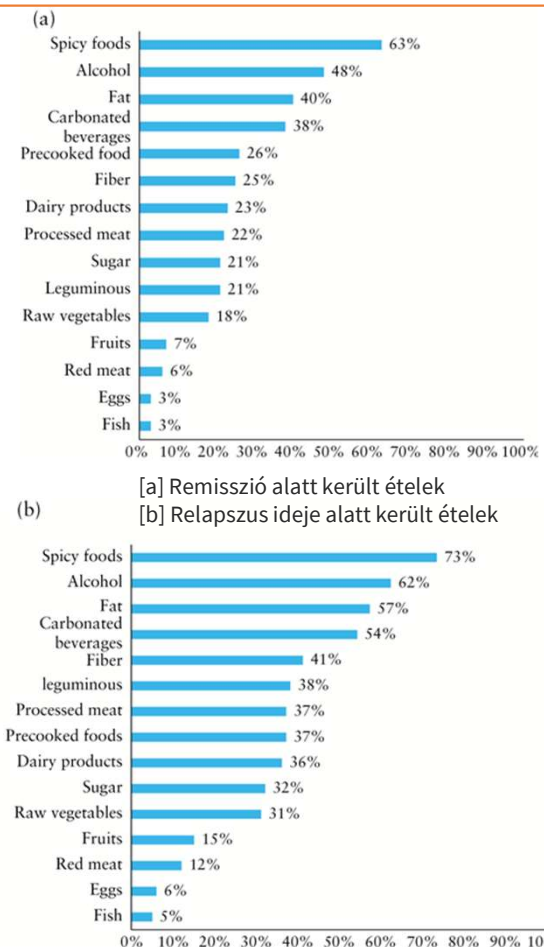
Magyar Gyermek-gasztroenterológiai Társaság XIII. Kongresszusa
Esztergom, 2024.10.03-05.

A felmérés a Bolyai János Kutatási Ösztöndíj támogatásával (BO/00693/25/5), valamint az Új Nemzeti Kiválóság Program támogatásával készült (ÚNKP-23-5-SE22)



Bevezetés: IBD és táplálkozás

- A betegek és szüleik sokszor saját tapasztalataik alapján alakítják étrendjüket
 - Hosszú távon elégtelen fejlődéshez, alultápláltsághoz, hiányállapothoz vezethet.
- Irodalmi adatok, felnőtt tanulmány¹:
 - 48%: bizonyos élelmiszerek növelik az IBD kockázatát
 - 87%: hasznos lenne szakembertől táplálkozási tanács
 - 68%: étrendnek fontos szerepe van a relapszusban
 - 76%: bizonyos ételeket került a relapszus elkerülése miatt





Bevezetés: IBD és táplálkozás

- A gyulladásos bélbetegség (IBD) patomechanizmusában a környezeti hatásoknak, táplálkozásnak is nagy jelentősége van^{2,3}
- Különösen Crohn-betegek körében zajlott szemléletváltás
 - Betegség oki tényezője között a diéta
 - Terápia, EEN, CDED
- Dietetikusok által javasolt általános tanácsok

2: Baumgart Lancet 2007;369:1641–57.

3: Nat Clin Pract Gastroent & Hepatol 2006;3:390-407.



Célkitűzés és módszertan

- Tápláltsági állapot felmérése, táplálkozási anamnézis felvétele
- Étrendi szokást felmérő kérdőív⁴
 - IBD-s gyermekek táplálkozási szokásainak, a táplálkozás - IBD témakörével kapcsolatos ismeretének felmérése.
 - Rövid, 31 kérdésből álló kérdőív
- 2023. december – 2024. június, keresztmetszeti vizsgálatunk
- Az eredményeket Excel táblázatban összegeztük, a válaszok és demográfiai adatok kapcsolatát Chi-square teszttel értékeltük



Eredmények

Adatgyűjtés ideje: 2023.12-2024.06.

68 résztvevő		
fiú/lány; n (%)		39/29 (57/43)
átlag életkor; évek (szórás)		16 (11)
átlag BMI z-score; kg/m ² (szórás)		-0,04 (1,2)
CD/UC, IBD-U; n (%)		30/38 (44/56)
aktivitási index; min-max		0-25
műtét; n (%)		5 (7)
terápia; n (%)	5-ASA	38 (56)
	azatioprin	33 (48)
	biológiai terápia	26 (38)



Eredmények

- 56% gondolja, hogy az étkezési szokások hozzájárulnak a betegség kialakulásához
- 32% szerint a megfelelő táplálkozás fontosabb, mint a gyógyszeres kezelés
- 56% szerint a megfelelő táplálkozás és gyógyszeres kezelés egyenértékű

A betegek 48 %⁵ / 84,4 %⁶ gondolja azt, hogy az étkezési szokásoknak szerepe volt a betegség kialakulásában

5: Limdi, Inflamm Bowel Dis 2016;22:164–170

6: Zallot, Inflamm Bowel Dis. 2013 Jan;19(1):66-72.



Eredmények

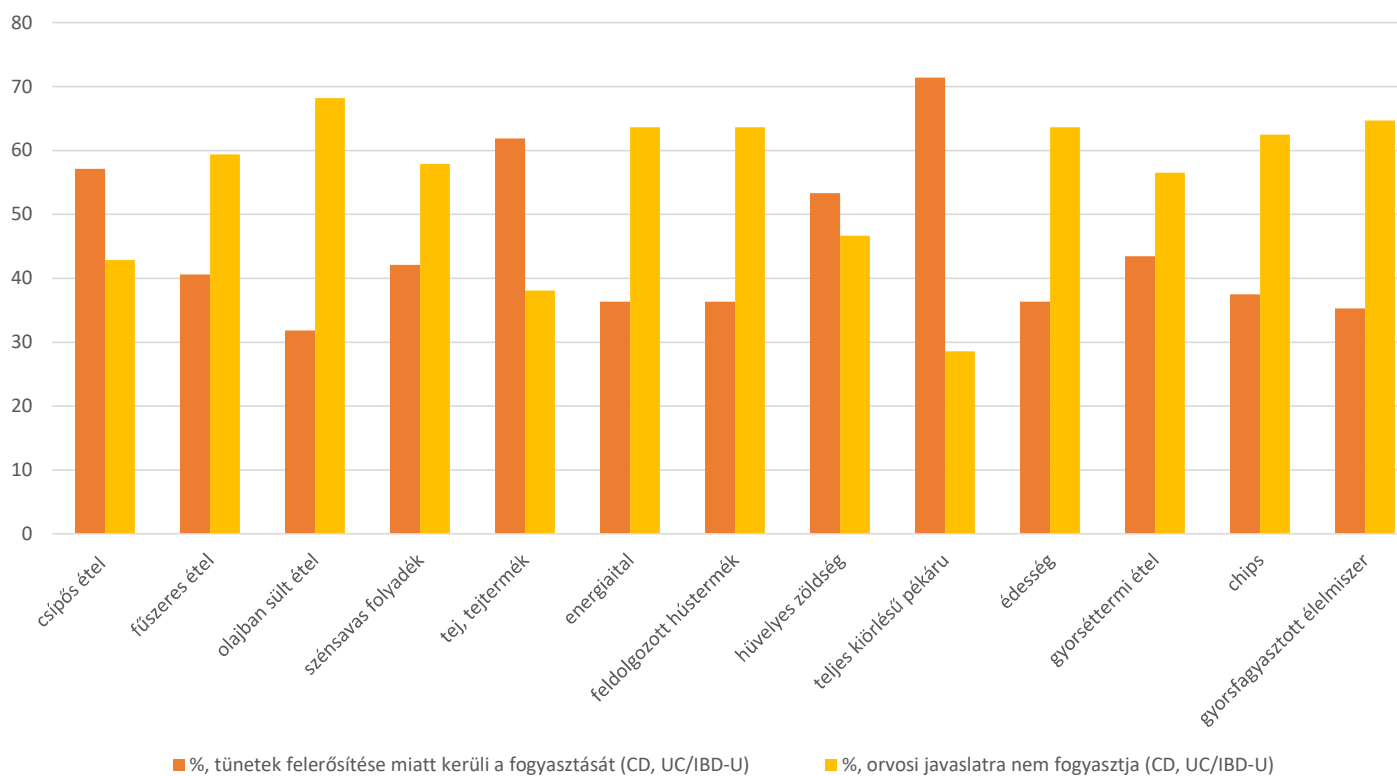
- 71% megváltoztatta étkezési szokásait a diagnózist követően
 - Ezt sem a betegség típusa (CD vs. colitis ulcerosa/IBD-U), sem a nem (fiú vs. lány) nem befolyásolta (X^2 0,67, $p=0,41$; X^2 0,85, $p=0,17$)
- Függetlenül a betegség típusától (CD vs. UC/IBD-U) 47% szerint a tünetek javultak az új táplálkozási szokások bevezetése után (X^2 2,26, $p=0,13$)

A betegek kb 2/3-a (66%⁵; 67 %⁶; 68%⁷) kerül bizonyos élelmiszereket a diagnózis felállítása óta



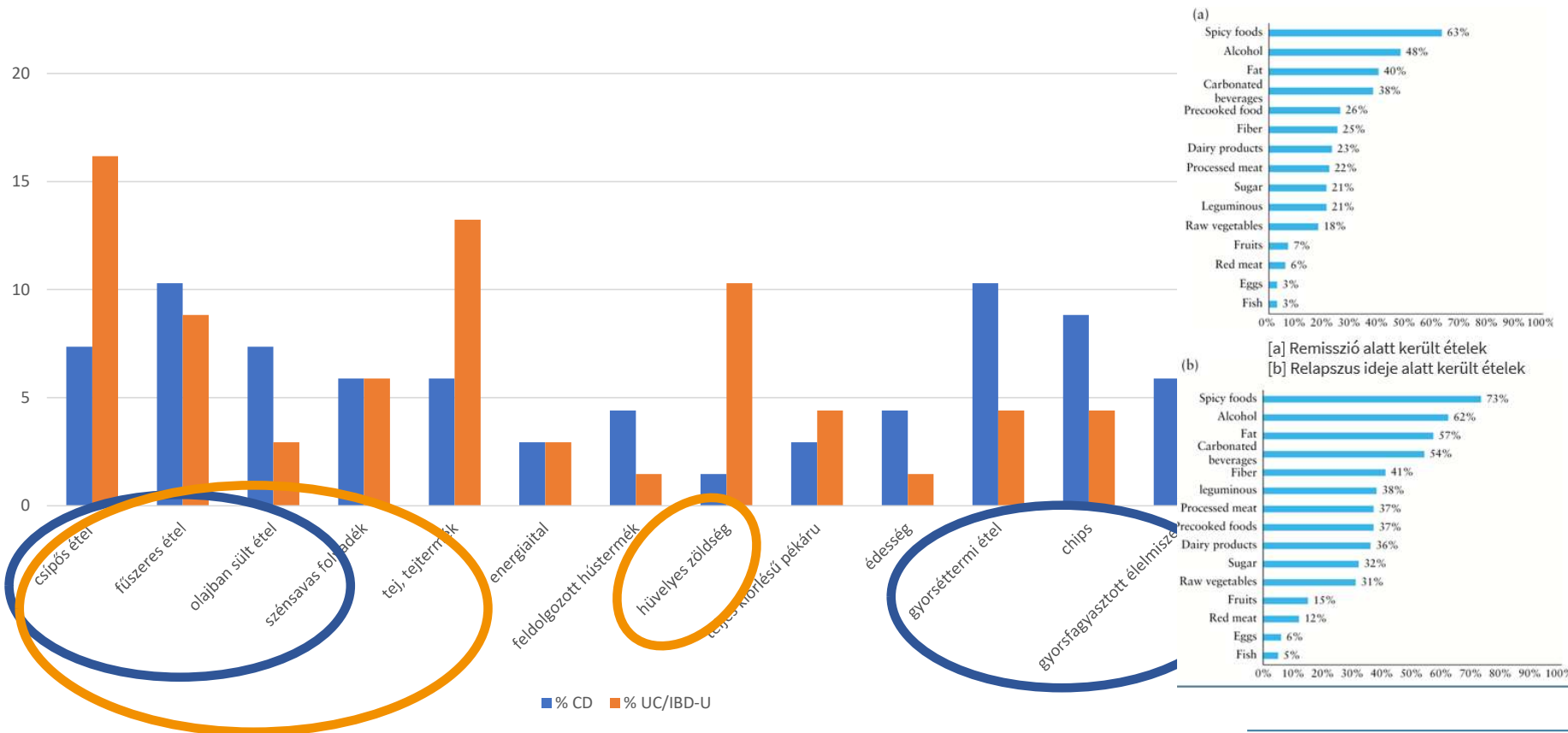
Eredmények

- A betegek 76%-a inkább családtagoktól, barátoktól kapott, vagy internetről olvasott étkezési tanácsokat alkalmaznak



Eredmények

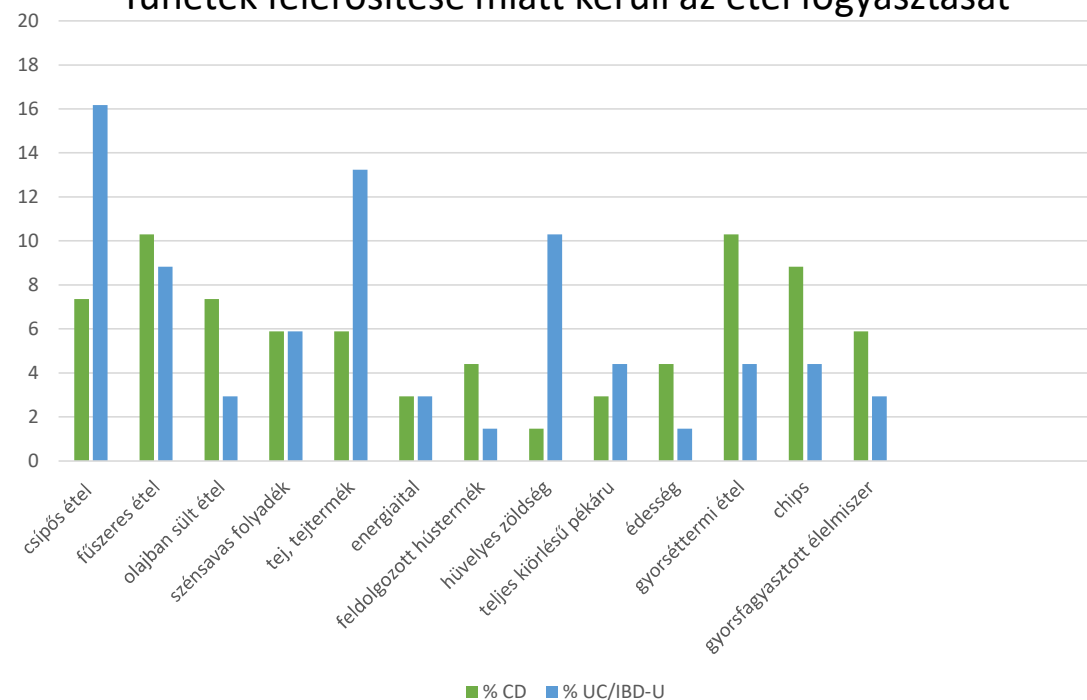
- A betegek 68%-a kerül egyes ételeket a diagnózis felállítása óta



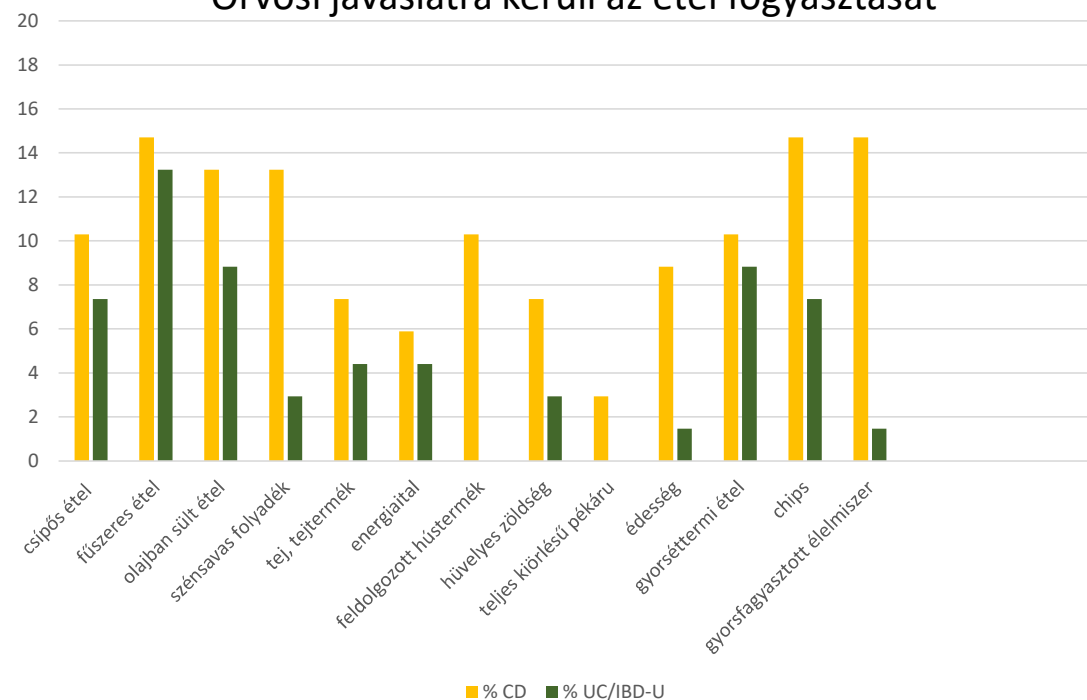


Eredmények

Tünetek felerősítése miatt kerül az étel fogyasztását



Orvosi javaslatra kerül az étel fogyasztását





Következtetés, összegzés

- A betegek 88%-a fontos szerepet tulajdonít a táplálkozásnak a betegsége szempontjából
- Nincs nemzetközileg elfogadott „IBD diéta”³ → önkényes étrend → hiányállapot? alultápláltság?
- Gondozás során
 - Rendszeres felmérés: évi 1x (DE! relapszus/fokozott malnutríció kockázat)
 - Étkezési szokások - kérdőív
 - Testösszetétel mérés: (BMI, biokémiai paraméterek) bioimpedancia, handgrip – szorítóerő
 - Tájékoztatás, dietetikai konzultáció lehetőség

Étkezési szokásokat felmérő kérdőív

Dátum _____

A) Személyes és általános adatok

- A.1) Név _____
 A.2) Születési idő (éééé.hh.nn.) _____
 A.3) Életkor ☐ <10 ☐ 11-13 ☐ 14-18 év
 A.4) Lakóhely ☐ falu ☐ város ☐ Budapest
 A.5) Dohányzás ☐ igen ☐ nem ☐ leszokott
 A.6) Foglalkozása ☐ tanuló ☐ egyéb, nevezze meg _____

B) Diétás szokások

- B.1) Mit gondolsz, az étkezési szokásod okozhatta a betegséged? ☐ igen ☐ nem ☐ nem tudom
 B.2) A diagnózis felállítását követően beszélte dietetikussal? ☐ igen ☐ nem
 Ha igen, hasznos tanácsot adott neked? ☐ igen ☐ nem
 Ha igen, tartod vele a kapcsolatot? Rendszeresen kapsz segítséget tőle? ☐ igen ☐ nem
 B.3) Legtöbbször kitől kérsz a táplálkozásra vonatkozólag tanácsot?
☐ internet/könyv ☐ orvos ☐ dietetikus ☐ család ☐ barát ☐ egyéb, nevezd meg: _____
 B.4) Megváltoztattad az étkezési szokásaid mióta kiderült a betegséged? ☐ igen ☐ nem
 Ha igen, mit változtattál? _____
 B.5) Étkezésedben hozott változás és a panaszaid között észleltél bármilyen kapcsolatot? ☐ igen ☐ nem
 B.6) Megváltoztattad az étkezési szokásaid mióta biológiai terápiát kapsz? ☐ igen ☐ nem
 B.7) Tartasz valamilyen speciális diétát (pl. gluténmentes, tejmentes, CDED)? ☐ igen ☐ nem
 Ha igen, melyik az? _____
 B.8) Befolyásolja a vallásod, származásod az étrendedet? ☐ igen ☐ nem
 Ha igen, milyen elveket követsz? _____
 B.9) Hányszor eszel egy nap? ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5 ☐ egyéb _____
 B.10) Relapszus alatt is ugyanannyiszor eszel, mint remisszióban? ☐ igen ☐ nem
 B.11) Használ sz bármilyen táplálék kiegészítőt? ☐ igen ☐ nem
 Ha igen, mit és milyen márkát? _____
 (pl.: kollagén, Scitec Nutrition; centrum multivitamin)
 B.12) Étkezéseid mellett fogyasztasz napi szinten tápszert (pl. Nutridrink)? ☐ igen ☐ nem
 ha igen, mennyit? (pl.: 1 doboz Nutridrink) _____
 B.13) Van olyan étel vagy ital, ami felerősíti, előhozza a tüneteid? ☐ igen ☐ nem
 B.14) Van olyan étel, amelyet kerülsz a diagnózis óta? ☐ igen ☐ nem

1

B.15) Ha igen, akkor ezeket az ételeket mindig kerüled, vagy csak ha aktív a betegséged?

☐ igen, mindig ☐ nem, csak ha aktív a betegséged

B.16) Mi a véleményed? Gyógyszerekkel összehasonlítva, a megfelelő táplálkozás...

☐ sokkal fontosabb ☐ egyenértékű ☐ kevésbé fontos ☐ nem fontos

B.17) A gyógyszerek szedése befolyásolja az étvágyadat?

☐ igen, éhesebb vagyok ☐ igen, kevésbé vagyok éhes ☐ nem befolyásolja

B.18) A felsoroltak közül, mely ételeket szereted és melyeket kerüled?

	Nem szeretem	Kerülöm, mert felerősíti a tüneteim	A panaszok ellenére fogyasztom őket	Az orvosom javaslatára kerülöm	Probléma nélkül fogyasztom
csipős étel	☐	☐	☐	☐	☐
fűszeres étel	☐	☐	☐	☐	☐
olajban sült étel	☐	☐	☐	☐	☐
szénsavas ital	☐	☐	☐	☐	☐
tej és tejtermékek	☐	☐	☐	☐	☐
energia ital	☐	☐	☐	☐	☐
alkohol tartalmú ital	☐	☐	☐	☐	☐
sertéshús	☐	☐	☐	☐	☐
feldolgozott hús	☐	☐	☐	☐	☐
zöldség	☐	☐	☐	☐	☐
gyümölcs	☐	☐	☐	☐	☐
hüvelyes zöldség	☐	☐	☐	☐	☐
teljes kiőrlésű pékáru	☐	☐	☐	☐	☐
kenyér	☐	☐	☐	☐	☐
tojás	☐	☐	☐	☐	☐
rizs	☐	☐	☐	☐	☐
csirke	☐	☐	☐	☐	☐
tészta	☐	☐	☐	☐	☐
hal	☐	☐	☐	☐	☐
kávé	☐	☐	☐	☐	☐
édesség	☐	☐	☐	☐	☐
gyorséttermi étel (pl.: pizza, hamburger)	☐	☐	☐	☐	☐
chips	☐	☐	☐	☐	☐
gyorsfogyasztott élelmiszer	☐	☐	☐	☐	☐

2

C) Ételintolerancia, allergia

C.1) Tartasz-e gluténmentes diétát? ☐ igen ☐ nem

Ha igen, miért tartasz gluténmentes diétát?
☐ a glutén fogyasztása panaszokat okoz
☐ az orvos javasolta
☐ dietetikus javasolta
☐ barátok vagy rokonok javasolták
☐ cöliákias, lisztérzékeny vagyok
☐ egyéb, nevezd meg _____

C.2) Az alábbiak közül mely tüneteket észleled glutén fogyasztása után?

☐ nincs panaszom
☐ teltség érzet ☐ bőfűgés
☐ hasi fájdalom ☐ puffadás
☐ étvágytalanság ☐ erőtlenség
☐ hasmenés ☐ hányinger és/vagy hányás
☐ székrekedés ☐ egyéb, nevezd meg _____

C.3) Tartasz-e laktózmentes diétát? ☐ igen ☐ nem

Miért tartasz laktózmentes diétát?
☐ a laktóz fogyasztása panaszokat okoz
☐ az orvos javasolta
☐ dietetikus javasolta
☐ barátok vagy rokonok javasolták
☐ egyéb, nevezd meg _____

C.4) Az alábbiak közül mely tüneteket észleled laktóz fogyasztása után?

☐ nincs panaszom
☐ teltség érzet ☐ bőfűgés
☐ hasi fájdalom ☐ puffadás
☐ étvágytalanság ☐ erőtlenség
☐ hasmenés ☐ hányinger és/vagy hányás
☐ székrekedés ☐ egyéb, nevezd meg _____

C.5) Tartasz egyéb diétát? ☐ igen ☐ nem

Ha igen, melyet? _____
 Miért tartod ezt a diétát?
☐ mert fogyasztása panaszokat okoz
☐ az orvos javasolta
☐ dietetikus javasolta
☐ barátok vagy rokonok javasolták
☐ szüleid választották
☐ egyéb, nevezd meg _____

3

Köszönöm a figyelmet!



Irodalmi adatok, összefoglalás

- A betegek 48 %⁵ / 84,4 %⁶ gondolja azt, hogy az étkezési szokásoknak szerepe volt a betegség kialakulásában
- A betegek kb 2/3-a (67 %⁶; 68%⁷; 66%⁵) kerül bizonyos élelmiszereket a diagnózis felállítása óta
 - Leginkább tej és tejtermékek, búza és kukorica, csokoládé, rostos italok

Eredményeink ezzel egybevágóak, a megkérdezettek 56% gondolja azt, hogy az étkezés szerepet játszott a betegség kialakulásában, és a betegek 71 % megváltoztatta étkezési szokásait a diagnózis felállítása után → gyermekek közel fele pozitív irányú javulásról számolt be

5: Limdi, Inflamm Bowel Dis 2016;22:164–170

6: Zallot, Inflamm Bowel Dis. 2013 Jan;19(1):66-72.

7: Jowet, Clin Nutr. 2004 Apr;23(2):161-70.